

## GANHO DE FORÇA DA PREENSÃO PALMAR DE PARAPLÉGICOS PRATICANTE DE ATIVIDADES FÍSICAS

<sup>1</sup>Centro Universitário do Norte – UNINORTE, Manaus-AM, BRASIL

<sup>2</sup>Faculdade de Educação Física – UFAM, Manaus-AM, Brasil.

<sup>1</sup>SANTOS JÚNIOR, N., <sup>2</sup>AMORIM M.L.C., <sup>2</sup>LOPES, K. A. T.

A paraplegia caracteriza-se por paralisia de ambos os membros inferiores que pode ser de natureza funcional ou orgânica, sendo desenvolvidas por doenças de origem cerebral, medular, dos nervos periféricos e dos músculos, que podem ser agudas e crônicas, virais ou congênitas e adquiridas por traumas físicos. A força da preensão palmar para os dependentes de cadeira de roda é um fator de grande relevância para sua independência funcional, desde a locomoção com a cadeira de rodas a habilidades motoras finas. A atividade física na vida diária para esta população torna-se significativa e contribui para uma melhoria das habilidades motoras. O objetivo deste trabalho, foi comparar a força da preensão palmar de pessoas com deficiência física praticantes de atividade física no Programa de Atividades Motoras para Deficientes – PROAMDE. Metodologia: a amostra foi composta por 15 paraplégicos, dentre eles com lesão medular traumática, Poliomielite e Acidente Vascular Encefálico (AVE), com idade entre 12 e 62 anos, de ambos os gêneros, praticantes de atividades físicas. Foi aplicado o teste de preensão palmar com dinamômetro digital em ambas as mãos alternadamente, sentados e braço estendido ao longo do corpo, sendo considerada a melhor marca de três, repetindo o teste após a intervenção. Aplicou-se 8 sessões de atividades físicas adaptadas, sendo 2 por semana e de duração de 75min cada, com atividades de manuseio de cadeira e fortalecimento muscular palmar, sendo 2 series de 10 preensões com bola terapêutica para cada mão alternadamente. Os dados foram comparados e classificados segundo a deficiência. Resultados: comprovaram e influência positiva da atividade física regular de forma significativa acima de 3% media, sendo relevante o ganho de força isométrica da preensão palmar. Considerações: a atividade física regular praticada por paraplégicos colabora no ganho de força isométrica da preensão palmar dando melhor qualidade de vida do mesmo.

**Palavras chave:** Paraplegia, Preensão palmar e Atividade física